

सामान्य बहधा पछे जाने वाले प्रश्न (FAQ)

2019 नोवेल कोरोनावायरस (COVID-19) क्या है?

मानव कोरोनावायरस कई प्रकार के होते हैं जिनमें ऐसे कुछ प्रकार भी हैं जो आमतौर पर ऊपरी श्वसन मार्ग में हल्की तीव्रता की रुग्णता उत्पन्न करते हैं। COVID-19 एक नया रोग है, जो एक नोवेल (यानि नए किस्म के) कोरोनावायरस से होता है जिसे अब से पहले मानवों में नहीं देखा गया था। COVID-19 की पहचान श्वसन रुग्णता के एक प्रकोप के कारण के रूप में हुई थी और इस प्रकोप का पता सबसे पहले चीन के वुहान में चला था, जहां से दुनिया भर में फैल गया है, जिसमें अमेरिका शामिल है। नवीनतम परिस्थिति मामलों के आदेश गैर-विश्व स्वास्थ्य संगठन (वैश्व स्वास्थ्य संगठन) (WHO) के वेब पेज [2019](#)

इस विषाणु यानि वायरस का स्रोत क्या है?

कोरोनावायरस असल में वायरसों का एक विशाल परिवार है जो लोगों में और पशुओं की कई प्रजातियों, जैसे ऊंटों, मवेशियों, बिल्लियों और चमगादड़ों में आम होते हैं। आरंभ में, चीन में COVID-19 के प्रकोप के उद्गम-केंद्र में कई रोगियों की कड़ी एक विशाल समुद्री भोजन एवं जीवित पशु बाजार से जुड़ी पाई गई थी, जिससे पशु-से-मानव प्रसार का संकेत मिलता है। बाद में, बड़ी संख्या में ऐसे रोगी पता चले जिनका पशु बाजारों से कोई संपर्क नहीं था, जिससे व्यक्ति-से-व्यक्ति प्रसार का संकेत मिलता है। तत्पश्चात चीन के

इस बात का क्या अर्थ है कि COVID-19 एक वैश्विक महामारी है?

वैश्विक महामारी का अर्थ रोग के वैश्विक यानि पूरे विश्व में प्रकोप से होता है। वैश्विक महामारियां तब होती हैं जब कोई नया वायरस आता है, लोगों को संक्रमित करने लगता है, और लोगों के बीच फैल सकता है। सुरु में, चूंकि इस नए वायरस के विरुद्ध पहले से कोई प्रतिरक्षा मौजूद नहीं होती है, या होती भी है तो वह बहुत कम होती है, अतः वह नया वायरस पूरे विश्व में फैल जाता है। COVID-19 उत्पन्न करने वाला वायरस लोगों को संक्रमित कर रहा है और बड़ी आसानी से सांस की बूंदों द्वारा व्यक्ति-से-व्यक्ति में फैल रहा है। विश्व के अधिकांश देशों में इसके मामले पता चले हैं, इनमें अमेरिका शामिल है जहां के सभी 50

COVID-2019 के लक्षण क्या हैं?

COVID-19 से संक्रमित लोगों में मध्यम से गंभीर तीव्रता की श्वसन रुग्णता विकसित हुई है, जिसके लक्षणों में बुखार, खांसी, सांस फूलना, और संपर्क से 2 से 14 दिनों बाद संभावित श्वसन संकट शामिल हैं। यदि आपको लगता है कि आप COVID-19 के संपर्क में आए हैं और आपमें बुखार और कुछ लक्षण, जैसे खांसी या सांस लेने में कठिनाई, विकसित होने लगे, तो चिकित्सीय सलाह के लिए अपने स्वास्थ्य देखभाल

COVID-19 कैसे फैलता है?

देखा गया है कि COVID-19 लोगों के बीच फैलता है। जो व्यक्ति COVID-19 का सक्रिय रोगी है, वह दूसरों तक यह रोग फैला सकता है, अतः CDC का यह सुझाव है कि ऐसे रोगियों को (उनके रोग की गंभीरता के आधार पर) या तो अस्पताल में या फिर घर में पृथकवास में तब तक रखा जाए जब तक वे बेहतर महसूस न करने लगें और उनमें दूसरों को संक्रमित करने का जोखिम खत्म न हो जाए। मानव कोरोनावायरस आमतौर पर खांसने व छींकने के द्वारा हवा के माध्यम से फैलता है। कोई व्यक्ति कितने समय से सक्रिय रोगी है यह निश्चित नहीं होता, अतः किसी व्यक्ति को पृथकवास से कब मुक्त करना है इस बात का निर्णय चिकित्सकों, संक्रमण की रोकथाम एवं नियंत्रण के विशेषज्ञों, और सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारियों से परामर्श करके केस-दर-केस आधार पर किया जाता है। इस निर्णय में प्रत्येक परिस्थिति के विशिष्ट बिंदुओं पर विचार किया जाता है, जैसे रोग की गंभीरता, रुग्णता के संकेत एवं लक्षण, और उस रोगी के प्रयोगशाला परीक्षण के परिणाम। व्यक्ति को संभवतः तब तक पृथकवास से मुक्त नहीं किया जायेगा जब तक कि वह निम्नलिखित बातों को पूरा करे:

- वर्त:** रोगी बखार घटाने वाली दवाओं का उपयोग किए बिना कम-से-कम 72 घंटों से बखार-मुक्त हो सके।
- रोगी में अब लक्षण न दिख रहे हों, जिनमें खांसी शामिल है
 - रोगी से कम-से-कम 24 घंटे के अंतराल पर लिए गए दो लगातार श्वसन नमूनों के परीक्षण परिणाम नकारात्मक (निगेटिव) आए हों
 - रोगी के रोग को आरंभ हुए कम-से-कम 7 दिन बीत चुके हों

यह अनुशंसा द्वितीयक प्रसार के अधिकांश मामलों की रोकथाम के लिए है, पर संभव है कि यह सभी मामलों की रोकथाम न कर पाए। CDC के अनुसार, ठीक हो जाने के बाद संचार का जोखिम, रुग्णता के दौरान संचार के जोखिम की तुलना में बहुत ही कम होने की संभावना है। पृथकवास से मुक्त कर दिए गए व्यक्ति को दूसरों के लिए संक्रमण के जोखिम से यत्न नहीं माना जाता है।

COVID-19 की पहचान कैसे की जाती है?

पहचान या पुष्टि श्वसन नमूनों के प्रयोगशाला परीक्षणों के माध्यम से होती है। कोरोनावायरस के कुछ प्रभेद (किस्में) सर्दी-जुकाम उत्पन्न करते हैं और अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता द्वारा जांचे गए रोगियों में इन प्रकारों के लिए सकारात्मक (पॉज़िटिव) परिणाम मिल सकते हैं।

क्या कोई व्यक्ति रोगी हुए बिना वायरस फैला सकता है?

CDC के अनुसार, जिन लोगों में COVID-19 के लक्षण नहीं दिख रहे हैं वे भी वायरस को फैलाने में समर्थ हो सकते हैं। उत्तम व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखने, सामाजिक दूरी व्यवहार में लाने, और फ़ेस कवर पहनने से संक्रमण के जोखिम और रोग के प्रसार, दोनों की रोकथाम में मदद मिल सकती है।

सामाजिक दूरी क्या है?

सामाजिक दूरी का अर्थ रोग फैलाने से बचने के लिए लोगों के बीच भौतिक दूरी को जानबूझकर बढ़ाने से है। अन्य लोगों से कम-से-कम 6 फीट दूर रहने से COVID-19 से संक्रमित होने की संभावना घटती है। भीड़ और भीड़-भाड़ वाले स्थानों से बचने के लक्ष्य के साथ सामाजिक दूरी के अन्य उदाहरण इस प्रकार हैं: ऑफिस की बजाय घर से काम करना, स्कूल बंद करके ऑनलाइन कक्षाओं का उपयोग करना, प्रियजनों से स्वयं जाकर मिलने की बजाय आभसी रूप से जड़ना. उपासना सेवाएं स्थगित कर देना. और सामाजिक दूरी के लिए राज्य क्या अनुशंसा कर रहा है?

COVID-19 के प्रसार को रोकने के लिए छह फीट या उससे अधिक की सामाजिक दूरी बनाए रखना महत्वपूर्ण है। क्षेत्रवार न्यूनीकरण उपायों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया IDPH वेबसाइट पर [क्लिक करें](#).

क्या मैं बाहर खुले में जा सकता/ती हूँ?

हां, ताज़ा हवा और व्यायाम के लिए बाहर खुले में जाएं। 1 मई, 2020 से, सभी इलिनॉय वासियों के लिए बाहर खुले में और ऐसे स्थानों में जहां सामाजिक दूरी बनाए रखना आसान नहीं है, होने के दौरान फेस कवर पहनना आवश्यक है। सामाजिक दूरी का अर्थ भवनों के अंदर बने रहना नहीं है, इसका अर्थ लोगों के निकट संपर्क में आने से बचना है। जब भी आप बाहर खुले में से अंदर आएँ तब, खाने से पहले, और

क्या मैं सुपरमार्केट जा सकता/ती हूँ?

हां। चक्करों की संख्या घटाने के लिए आपको जितनी खरीदारी करनी हो उतनी करें, और खरीदारी तब करने की कोशिश करें जब स्टोर में भीड़-भाड़ होने की संभावना सबसे कम हो। कुछ किराना स्टोरों ने वृद्धों (60 वर्ष से अधिक आयु), गर्भवती महिलाओं, और कमजोर प्रतिरक्षा तंत्र वाले लोगों के लिए विशेष घंटे तय कर रखे हैं ताकि भारी भीड़-भाड़ से उनके संपर्क को, और COVID-19 से उनके संभावित संपर्क को कम किया जा सके।

मैं स्वयं की सुरक्षा में किस प्रकार सहायता कर सकता/ती हूँ?

COVID-19 की रोकथाम में सहायता के लिए निम्नलिखित सुझावों का पालन करें:

- सार्वजनिक स्थानों पर जाते समय फेस कवर पहनें।
- अपने हाथ साबुन और पानी से बारंबार, और कम-से-कम 20 सेकंड तक धोएं, विशेषकर नाक सिनकने/नाक साफ करने, खांसने या छींकने के बाद; बाथरूम/शौचालय होकर आने के बाद; और खाना खाने या बनाने से पहले। यदि साबुन और पानी उपलब्ध न हों, तो कोई ऐसा एल्कोहल-संयुक्त सफाई उत्पाद का उपयोग करें।
- बिना-धुले हाथों से अपनी आंखें, नाक, और मंह न छुएं।
- जो लोग श्वसन संबंधी लक्षणों के साथ अस्वस्थ हैं उनके निकट संपर्क से बचें।

- जब आप अस्वस्थ हों तो घर पर रहें।
- खांसते या छींकते समय नाक और मुँह को टिश्य से ढकें, और फिर टिश्य को कड़े में फेंक दें।
- बारंबार छुई जाने वाली वस्तुओं और सतहों को साफ और विसंक्रमित करें।
- यदि अब तक आपने इन्फ्लुएंज़ा की वैक्सीन (टीका) न लगवाई हो, तो अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से मौसमी इन्फ्लुएंज़ा के विरुद्ध सुरक्षा में सहायता के लिए इन्फ्लुएंज़ा की वैक्सीन (टीका)

क्या मुझे फ़ेसमास्क पहनना चाहिए?

1 मई, 2020 से कोई भी व्यक्ति जिसकी आयु दो वर्ष से अधिक है और जो चिकित्सकीय दृष्टि से चेहरे के ढंकने को सहन कर सकता है (एक मास्क या चेहरे को ढंकने वाला कपड़ा), को लोगों के बीच होने पर और छह फीट की सामाजिक दूरी कायम ना रख पाने पर अपने नाक और मुँह को ढंकने की आवश्यकता

किससे अधिक जोखिम है?

बुजुर्ग व्यक्ति और गंभीर अंतर्निहित चिकित्सीय स्थितियों से ग्रस्त किसी भी आयु के व्यक्ति COVID-19 के कारण अधिक गंभीर जटिलताएं होने के अधिक जोखिम में हो सकते हैं। अब तक उपलब्ध जानकारी के आधार पर, CDC ने निम्नलिखित श्रेणियों में आने वालों को सर्वाधिक जोखिम में बताया है:

- 65 वर्ष एवं इससे अधिक आयु के लोग
- नर्सिंग होम या दीर्घकालिक देखभाल इकाई में रहने वाले लोग
- गर्भवती महिलाएं
- निम्नलिखित अंतर्निहित चिकित्सीय स्थितियों से ग्रस्त किसी भी आयु के लोग, विशेषकर वे जिनकी ये स्थितियां शरीर शक्ति कमजोर करती हैं:
 - फेफड़ों का जीर्ण/दीर्घस्थायी रोग या दमा
 - कंजैस्टिव हार्ट फेल्योर या हृदय धमनी का रोग (कोरोनरी आर्टरी डिजीज)
 - मधमेह
 - ऐसी तंत्रिकीय स्थितियां जो खांसने की क्षमता को कमजोर कर देती हैं
 - कमजोर प्रतिरक्षा तंत्र
 - कैंसर के लिए कीमोथेरेपी एवं विकिरण यानि रेडिएशन (वर्तमान में या कुछ समय पहले)
 - सिकिल सेल एनीमिया
 - वक्कों (गर्दों) के जीर्ण रोग जिनके लिए डायलिसिस की आवश्यकता पड़ती है
 - यकृत (लिवर) की सिरोसिस
 - प्लीहा (तिल्ली या स्प्लीन) का न होना या उसका ठीक से कार्य न करना
 - अत्यधिक मोटापा बॉडी मास इंडेक्स (BMI) का 40 या इससे अधिक होना

क्या मुझे “बारंबार छुई जाने वाली” सतहें साफ करनी चाहिए?

हां। बारंबार छुई जाने वाली सतहों, जैसे मेजों, दरवाजों की घुंडियों, लाइट स्विच, काउंटरटॉप, हैंडल, डेस्क, फोन, कीबोर्ड, शौचालय, टॉटियों/नलकों और सिंक को साफ और विसंक्रमित करें। यदि सतहें गंदी

हों तो विसंक्रमण से पहले उन्हें डिटरजेंट या साबुन और पानी से साफ करें। विसंक्रमण के लिए अधिकांश FDA-पंजीकृत घरेलू विसंक्रामक (डिस्पहनेक्टेंट) काम करेंगे।

क्या इसकी कोई वैक्सीन (टीका) है?

हां। सुरक्षित और असरदार COVID-19 टीका COVID-19 से संबंधित रोगों, अस्पताल में भर्तियों और मौतों को घटाने की अमेरिकी रणनीति का एक बहुत महत्वपूर्ण घटक है। इलिनॉय राज्य यह सुनिश्चित कर रहा है कि टीकों को CDC के दिशानिर्देशों तथा प्रतिरक्षीकरण कार्यप्रथाओं की सलाहकार समिति (एडवाइज़री कमेटी ऑन इम्युनाइज़ेशन प्रैक्टिसेज़, (ACIP) की सिफारिशों के अनुसार पहुंचाया और उपलब्ध कराया जाए। इलिनॉय की टीका वितरण योजना के बारे में और जानकारी [यहां](#) पाएं।

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं, प्रयोगशालाओं और स्वास्थ्य विभागों को क्या करना चाहिए?

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं और प्रयोगशालाओं को COVID-19 के संदिग्ध मामलों की सूचना तुरंत (तीन घंटों के अंदर) अपने स्थानीय स्वास्थ्य विभाग को देनी चाहिए, और उस स्वास्थ्य विभाग को मामलों की सूचना इतने ही समय के अंदर IDPH को देनी चाहिए। अनुशंसाओं और मार्गदर्शन के लिए, [IDPH](#)